

枸杞史話

周兴华 周晓娟 著



哀言勞

其所傷之也。○君子作歌。維以告哀。箋

有杞槲。杞此構也。構也。槲也。生各得。其

宁夏人民出版社

枸杞史話

四月八章章四句

周兴华 周晓娟 著

北山大夫刺幽王也。役使不均。已勞於從事。而不得

養其父母焉。已音紀如字○陟彼北山。言采其杞。箋云

也。登山而行役。采杞非可食之物。喻己行役不得其事。偕偕士子。朝夕從事。偕偕

又親士子。有王事者不得休息也。箋云。朝王事靡盬。憂我父母。箋

無也。盬不堅固也。王事無不堅固。故我當盡力。○

溥天之下。莫非王土。率土之濱。莫非王臣。溥大率

图书在版编目 (CIP) 数据

枸杞史话 / 周兴华, 周晓娟著. — 银川: 宁夏人民出版社, 2009. 7

ISBN 978-7-227-04213-6

I. 枸... II. ①周... ②周... III. 枸杞-史料-宁夏
IV. S567.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 120238 号

枸杞史话

周兴华 周晓娟 著

责任编辑 谭立群
封面设计 汪 棹 胡鹏戈
装帧设计 陆 红
责任印制 石 军

宁夏人民出版社 出版发行

出 版 人 杨宏峰
地 址 银川市北京东路 139 号出版大厦 (750001)
网 址 www.nxcbn.com
网上书店 www.hh-book.com
电子信箱 nxhhsz@yahoo.cn
邮购电话 0951-5044614
经 销 全国新华书店
印刷装订 宁夏润丰源印业有限公司
开 本 787mm × 1092mm 1/16
印 张 7.5
字 数 150 千字
印 数 3000 册
版 次 2009 年 7 月第 1 版
印 次 2009 年 7 月第 1 次印刷
书 号 ISBN978-7-227-04213-6 / S · 253
定 价 99.00 元

版权所有, 未经许可, 不得以任何方式使用。



张金山

周兴华老师生在中卫，长在中卫。20 世纪 60 年代从中央民族学院历史系毕业后在中卫风风雨雨 20 年，其中仅在香山北麓的宣和公社当书记、社长就是七年。拜读他的新著《枸杞史话》《塞上古史钩沉》，这何止是 10 年磨一剑啊！

周老师熟悉家乡的山山水水、遗风遗俗、文物古迹，他在行走中洞察、在触摸中感悟、在思索中升华、在求证中积淀。周老师治学的严谨和对所爱事业的执著追求，深深感染着身边的每一个人。

星罗棋布的中卫岩画，让周老师插上了探寻的翅膀，在香山、大麦地、西山等岩画区他亲手触摸那些远古时代的狩猎、祭祀及各种动物图案和抽象符号，陶醉于古岩画原始、厚重、神秘的氛围中，在古今灵性中沟通，在过去与未来中思考。

香山是枸杞的原产地。地处香山北麓的卫宁平原盛产枸杞，我儿时的记忆总是离不开这些美丽的红果子。孩提时代，物质生活匮乏，记忆当中吃枸杞的情节总是不能忘怀，即便是吃得太多，流了鼻血，也挡不住那股子饥渴，那股子甘甜，那股子清香，那股子幽雅，那股子力量。现代生活已经远远告别了那个难以忘却的年代，但却没有告别那神奇的红果子。枸杞作为宁夏最具特色的产品，当它以那晶莹透彻、诱人的玛瑙红出现在当代人面前时，她已不仅仅

是作为药食和浸泡酒饮应用了——“宁夏红”出现了，她将中国饮食文化和枸杞文化结合的恰到好处！这种结合，已不仅仅是一个企业、一个企业家的荣耀，而是使枸杞所处的这片土地乃至整个社会都焕发出受益的光彩。

《枸杞史话》《塞上古史钩沉》凝结了周老师的心血和汗水，他翻阅典籍、走访民间、上下求索、从未知的世界走向有知的境界。该书旁征博引、去伪存真、融会古今，深入浅出，以详尽的史料佐证被湮没的历史，用朴实的文字诉说远古的文明，将模糊不清的史迹描绘得清晰可见，让困惑了多少代人的迷雾渐渐散去。

枸杞自古就被誉为生命之树，是中华文化的重要组成部分。这些年来，枸杞的地位和文化只是停留在“宁夏五宝之一”的阶段，没有深层次地挖掘其内在潜力。周老师呕心沥血的研究，在大量典籍中的搜寻考证，不但使枸杞辉煌的家史得以彰显，更使我们感知到了枸杞这个物种的历史竟然有可能追上中华文明史的脚步。枸杞文化的源远流长，更多地证明了枸杞文化是人类在物质生活与精神生活方面追求健康长寿的重要组成部分，是具有中华特色的饮食文化的重要组成部分，是以人为本、珍爱生命、活好每一天的生活升华，这正是《枸杞史话》这本书的新颖所在、价值所在、贡献所在。

一位名人在谈到文化时说，文化在广泛定义里指地球上留下的有关人类的痕迹；在狭义定义里指以人为本的精神价值和生活方式，文化在困惑中寻找新的意义。

神秘的香山，是神山，是圣山，更是一块肥沃的文化土壤。古史传说炎帝黄帝族群曾繁衍生息于此，文献记载许多帝王曾养马畜牧于此。香山和陇山一脉相承，是龙文化的故乡。香山岩画、香山彩陶、皇帝的草原、天井山的神泉、古战场、香山寺、枸杞古树、原始村落等文化遗产，都是历史文明的见证。所以，香山是

一座奔腾鲜活的历史文化载体。

塞上古史是塞上文化的源泉，是华夏文明的血脉组成，是取之不尽、用之不竭的神秘宝藏，需要更多的人像周老师那样去探索它、钻研它、弘扬它，数十年如一日地守护它。

周兴华老师只是忙于自己热爱和追求的事业，他不会计较在每件事情上是否公平，只认自己的社会责任、内心快活与充实。太多的曾经我们未曾把握，太多的机会我们一再错过。与其事竟过去之时的叹息，不如用心好好珍惜现在和未来。

是为序。

2009年4月15日于银川



序	张金山 (1)
---------	---------

环境篇

香山是枸杞的原产地	(2)
香山是炎黄古帝的图腾神山	(5)
香山览胜	(9)

种植篇

原始社会,枸杞作为神奇果树载于《山海经》	(15)
三皇五帝时代,枸杞作为“上品”列入《神农本草经》	(19)
殷商时代,枸杞种植载于甲骨文	(21)
西周时代,枸杞种植载于《诗经》	(24)
汉唐时期,枸杞栽培载于《千金翼方》	(32)
宋元时期,枸杞种植实行园圃栽培	(39)
明清时期,中卫枸杞甲天下	(49)
古往今来,枸杞有“十全之妙用焉”	(52)

饮食篇

中卫自古是酒乡	(56)
中卫酿泉	(57)
史前酒讯	(58)
商周枸杞佳酿	(65)
秦汉枸杞“神仙”服食酒	(70)
唐宋枸杞“返老还童”酒	(76)
元明枸杞宫廷御酒	(86)
明代医圣李时珍论枸杞	(88)
香山百年烧坊酒	(94)
中卫古代酒俗	(98)
中卫古代酒诗	(100)

现代科研篇

科学研究表明,枸杞具有抗氧化、抗衰老、免疫调节、 降血糖、降血脂等作用	(106)
专利技术研究表明,枸杞中含有多种对人体有医疗、美容、 保健作用的功能成分	(108)
枸杞独特的营养保健功效在世界上得到证实和赞誉	(109)
跋	周兴华 (111)



环境篇



神奇香山



神秘香山

香山是枸杞的原产地

中卫红宝枸杞是宁夏五宝之一。以枸杞为原料酿造的“宁夏红”等枸杞果酒饮誉海内外,已成为著名的国际品牌。中卫也被确定为“中国枸杞之都”。

枸杞,其果名“枸杞子”,是华夏大地上最古老而又最神奇的养生保健植物。枸杞浑身是宝,自古备受推崇,被誉为“生命之果”。枸杞极具神话色彩,历代史不绝书。

中卫香山是枸杞的原产地。枸杞作为神奇名贵植物,在《山海经》、殷商甲骨文、《诗经》等文献中多有记载。《山海经·西山经》载:“西次三经之首,曰崇吾之山,在河之南,北望冢遂,南望崑之泽,西望帝之搏兽之丘,东望螭渊。有木焉,员叶而白柎,赤华而黑理,其实如枳,食之宜子孙。”据中国科学院院士、我国历史地理学科主要奠基人



枸杞之环境篇

香山在《山海经》中名「崇吾之山」



中卫清水河山河桥野生枸杞树

和开拓者谭其骧先生考证,崇吾山即今宁夏中卫香山。全世界枸杞属植物约有 100 种,有的叶呈长椭圆形,有的叶呈圆状披针形;有的花白色或淡红色,有的花淡紫色,有的花绿色,有时紫色;有的果实呈圆球形,有的果实呈椭圆形,红色、黑色、黄色均有。枸杞属植物多“食之宜子孙”,具有养生保健,益寿延年的功效。《诗经·小雅·杕杜》说:“陟彼北山,言采其杞。”这里的“北山”指的就是今宁夏六盘山北垂香山地区。唐代《千金翼方》曰:甘州者为真,叶厚大者,是大抵出河西诸郡,其次江、淮间埂上者,实圆如樱桃,全少核,暴干如饼,极膏润有味。所以,崇吾之山“员叶而白柎,赤华而黑理,其实如枳,食之宜子孙”的神奇果木应是最早的原生枸杞。中卫香山现在仍生长着枸杞之原植物。

香山古称“崇吾山”。“崇吾山”《博物志》又写作“参隅山”。“香山”古代称“香𡵚山”,“香𡵚山”系“参隅山”之快读,“参隅山”转音即为“香𡵚山”,今简称为“香山”。可知香山即古之“崇吾山”,魏晋南北朝亦称牵屯山、牵条山。香山是祁连山余脉的东缘。黄河流出

枸杞 史话

青藏高原,从黑山峡冲出峡谷,在沙坡头拐成一个月牙形的大湾后进入中卫平原,向东流去。据专家研究,该黄河大弯形成于黄河第Ⅴ级阶地的形成时期,成型于黄河第Ⅲ级阶地形成之后,约在距今10万年~28万年之间。这正是早期智人出现并走向晚期智人的时期。香山就位于甘肃、宁夏黄河东南岸的这个月牙形大湾中,这里是从祁连山地、河西走廊走进黄河边的第一块可猎可牧可耕之地。据古《中卫县志》记载:香山“其地周环约五百余里,东南接壤灵州胭脂川,西南与靖远柴薪梁、高峰子、芦沟联界。山巅高约十里,旧建香岩寺。其山地可耕牧。山民随水而居,多穴处为土窑,喜牧畜,旧称七十二水头是也。然田皆旱地,全赖雨旸时若。……天景山,在宣和堡东南。由香山寺口至宁安之南,远望峰峦屏列,苍翠可挹,殆香山一大支,或称天成山云。又《广舆记》有天都山,殆即此”。香山腹地的“七十二水头”,即指香山旧有七十二处天然泉水。香山东南支脉天景山,地处古清水河流域,最适宜枸杞生长;宁安(今中宁县)自古以来就是现今中国驰名商标“中宁枸杞”的主产地。清代《中卫县志》“药类”条载:“枸杞,宁安一带,家种杞园。各省入药甘枸杞,皆宁产也。”清代乾隆年间中卫知县黄恩锡咏枸杞诗说“六月杞园树树红,宁安药果擅寰中”。宁安位于天景山东北麓,枸杞又名“天精”“天精子”“天精草”,天精山(天景山)殆源于此地盛产“天精草(枸杞)”,天景山或许是天精山的俗写。



中卫香山野生枸杞树



枸杞

之

环境篇

香山是炎黄古帝的图腾神山

《山海经·西山经》西次三经记载了今宁夏中卫香山以西的二十二座大山,其中第一座神山就是“崇吾之山”。从“崇吾之山”西望的“帝之搏兽之丘”,即今香山西境黄河黑山峡南长滩村的帽帽山,这里奇峰险峻,为野兽出没之地,是炎帝、黄帝狩猎和图腾崇拜的神山。伏羲、炎帝、黄帝均出生于黄河上游。司马贞补《史记·三皇本纪》载:“太皞庖牺氏,风姓,代燧人氏继天而王。母曰华胥,履大人迹于雷泽,而生庖牺氏于成纪。蛇身人首。”庖牺氏即伏羲氏,相传生于成纪,即今甘肃秦安县。《国语·晋语》说:“昔少典娶于有蟠氏,生黄帝、炎帝。黄帝以姬水成,炎帝以姜水成。成而异德,故黄帝为姬,炎帝为姜,二帝用师,以相济也。异德之故也。”《帝王世纪》说:“炎帝神农氏,母曰任姒。有蟠氏女,登为少典妃,游华阳,有神龙首感生炎帝。人身牛首,长于姜水。”姬水之地名多在宁夏、甘肃境内。宁夏中卫香山古有姬家水,姬姓村落,姬姓居民,姬姓水名、地名、居民一直延续至今;甘肃临夏有姬家川,应与姬姓水名、居民有关;也有说姬水即今渭水上游。以上各说不管具体指何处,但大都在陇右地区。姜水即羌水,见《汉书·地理志·陇西郡》:“羌水出塞外,南至阴平入白水,过郡三,行六百里”,姜水(羌水)源自陇右绝无问题。据此,姬水、姜水均在今陇右及其毗邻地区,也就是说,伏羲、炎帝、黄帝均出生繁衍于陇右及其毗邻地区。香山地属陇右。著名历史学家范文澜在《中国通史简编》

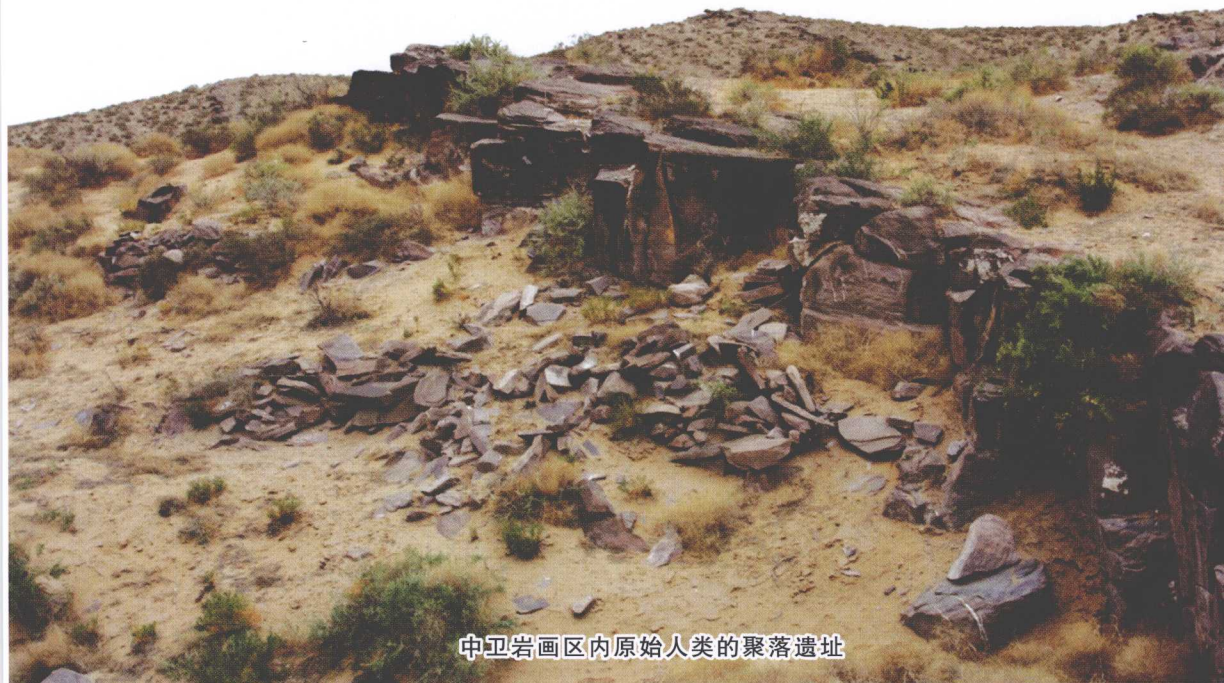
中写道：“姜姓是西戎羌族的一支，自西方游牧先入中部……黄帝族原先居住在西北方”。以上说明，中国大西北显然是伏羲、炎帝、黄帝族系的发祥地，是炎黄族群早期活动的地域。炎、黄族系沿着祁连山地、河西走廊由西向东进入黄土高原走近黄河岸边的第一座神山就是“崇吾之山”。

香山是原始人类的岩画世界。香山岩画区在黄河南面。该岩画区海拔 1500 米至 2300 米，香山主峰高达 2361 米，遗存史前岩画 1000 多幅。香山崇山峻岭、沟壑纵横，地势开阔，水草丰美，自古就是狩猎、牧畜和发展农业的良好场地。这里遗存有旧石器时代中、晚期至新石器时代的许多石器、陶器，还有大量的石制品、红陶片、灰陶片、彩陶片等。这至少证明，香山是原始人类活动的主要区域之一，遗存有包括岩画在内的史前遗产是必然的。香山岩画向我们传述了祖先的文明，将人类的文明史在现有基础上又向前推进了好多万年，是人类文明的发祥地之一。



周兴华在意大利举办岩画讲座





中卫岩画区内原始人类的聚落遗址

香山是龙文化的故乡。香山岩画区大井河岩画点遗存有一幅史前时期的龙岩画。高昂的龙头突出大张的龙口，龙体盘曲似蛇。这幅龙岩画凿刻在一块长 65 厘米、宽 130 厘米的岩面上，距地 80 厘米，是原始社会的遗物，是先民以蛇为原型创造出来的图腾形象，荷载着部落信仰，反映着原始崇拜。关于“龙”的传说，大都与三皇五帝时代的史迹有关。据《补衍开辟》《史记·三皇本纪·五帝本纪》等史籍记载：天地万物的始祖盘古是“龙首蛇身”，华夏远古三皇五帝都是“龙种”“龙身”，与龙血脉相连，关系密切。香山（崇吾山）南邻陇山



中卫岩画区内原始人类遗存的石器、彩陶片

(今六盘山),陇右、陇西、陇东、陇坂均以“陇山”得名。传说伏羲生于陇右成纪,其形象是“蛇身人首”“龙身牛首”,由是观之,抑或是上述“陇”名均源于伏羲之“龙”图腾。追溯“陇”名之来龙去脉,应是伏羲、炎帝、黄帝族系早期发祥于“陇山”以西的陇右地区,他们以“龙”为图腾,故其发祥地以“龙”命名之。“陇山”最早应叫“龙山”,后人造字,因表示地名地势,在“龙”字的左边加了个与地势高低上下有关示意土丘的“阜”旁,就变成了“陇”字,写作“陇山”了。龙是华夏族群的先民以蛇为原形创造的许多族群共有的图腾形象。在中国历史发展的长河中,“龙”是中华民族文化和民族感情的积淀凝聚,是中国文化的象征,中华民族的象征,中国的象征。考古资料证实,中国的龙崇拜最早出现于西北地区的草原地带。香山龙岩画的发现,说明香山是龙文化的发祥地之一,对中国龙文化的研究提供了最古老的形象证据,证实了中国大西北是以龙图腾崇拜为标志的炎、黄古族的发源地。

中卫香山、大麦地史前龙岩画





枸杞 之 环境篇



香山览胜

香山(崇吾山)自古就是炎黄先祖、历代帝王狩猎、牧畜的神山宝地。

原始社会,香山(崇吾山)是炎帝、黄帝狩猎和图腾崇拜的神山。
(《山海经》)

新石器时期,香山是发展原始农业的宝地。20世纪90年代中期,香山腹地出土彩陶40余件;香山南麓海原,许多山坡上彩陶残片遍布;香山北麓黄河北岸,从营盘水、长流水到水稍子,彩陶片丰富多彩、连续不断。香山及其周边地区遍布的彩陶,昭示着这一地区新石器文化的灿烂,映照着重农故土的辉煌。

先秦时期,秦人先祖非子为周孝王牧马于陇右,“马大蕃息”。
(《秦集史》)

战国时期,乌氏倮在陇右大养牛羊,“畜至用谷量马牛。秦始皇帝